

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 1 (1929-1930)

**Heft:** 9

  

**Artikel:** Vernunftgemässe Fussbekleidung

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968577>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 09.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## RÄTSEL.

### I.

Ich kenne einen Maler,  
Der malt so rasch und fein  
Beliebig jed' Gesichtchen,  
Sei's gross, sei's hübsch, sei's klein!  
Er malt ein jedes Fleckchen  
Und jedes Färblein auch,  
Ein jedes freundlich Lächeln,  
Es ist halt so sein Brauch!  
Doch wehe, wenn verdriesslich  
Die Augen schauen drein,  
Gleich hat er aufgefangen  
Das böse Menschlein klein.  
Sag mir, wer ist der Maler,  
Dem nichts entrinnen kann?  
Was glaubst du liebes Kindchen?  
Meinst sicherlich: «Ein Mann! —»

(Spiegel)

### II.

Was trag ich auf dem Rücken mein?  
Sag es mir liebes Kindelein!  
Etwas von Horn, das schützt mich sehr,  
Wohl gegen Sturm und andres mehr!  
Ich ziehe langsam meine Bahn,  
So langsam, wer nicht warten kann,  
Der kommt wohl hundertmal zu spät,  
Jetzt nimmt's mich wunder, wer's verrät!

(Schnecke)

---

## VERNUNFTGEMÄSSE FUSSBEKLEIDUNG.

Im Geiste mag das Auge zurückschweifen. Jahrtausende zurück und es sieht die Gestalten der alten Griechen einher-schreiten, leicht, elastisch, rhythmisch bewegt, wie ein klingendes Lied. Der schwebende Gang jener schönen Gestalten mutet heute tatsächlich immer noch an, wie trauter Gesang, denn in der Hast der Tage ist die wunderbare Ruhe vergangener Zeiten eine stille

Sehnsucht des Herzens geworden. — Eine stille Sehnsucht, die sich langsam wieder zum Lichte ringt, denn wie vor Zeiten beginnt der Mensch allmählich wieder zu dem zurückzukehren, was ihm entspricht! Allmählich, da und dort gelingt es wieder einem Mutigen, gegen den Strom zu schwimmen und sich das zu gönnen, was seine Natur erfordert und allmählich wird wohl auch sein Gang wieder leichter, wieder behender, singender, klingender! —

«Ach, wir schreiten doch so zierlich einher», mögen einige junge Menschen erwidern. «Wie kann man sich da nach Altvergangenem sehnen! Zierlich und flink ist unser Gang, gleich wie unser Fuss in geschmeidig spitzem Schuh! Ach, die liebe alte Zeit mit ihrem ebenen Schritt! Ist es nicht wunderbar, dass wir nun trippelnd auf hohem Fuss, besser gesagt, Absatz, dahineilen können, einfach herrlich das!» — Wisst ihr, wie weit diese Herrlichkeit geht? — O, ja! — Bis hinter die Haustüre und dann sausen die spitzen Schühlein im Hui von den schmerzenden Füßen und die Hände massieren in Hast und Eile über die geplagten Zehen, während die Lippen im Flüstertone schelten: «O diese verflixten Hühneraugen und diese lästigen Krampfadern, dass ich doch die bald wieder los werde!» Gewiss nicht eher, als bis die Sehnsucht nach der verachteten Schönheit alter Zeiten wieder wach und nachahmungsfroh wird! Aber ob's nicht schon zu spät ist, jene Schönheit wieder zu erringen? Schau ihm nach dem trippelnden Fuss und du musst es fast befürchten, denn sieh und staune, zum Zehengänger ist er geworden, er, der geschaffen war auf ganzer Sohle frei und frank einherzuschreiten. Wie eine Katze muss er nun einhertrippeln, denn wirklich: «Jede Schuld rächt sich auf Erden!» Der hohe Absatz hat dem Fuss dermassen geschadet, dass er nicht mehr anders als im Zehengang dahinschreiten kann, denn die Sehne hat sich gekürzt. Ist es also richtig, wenn wir die Anpassungsmöglichkeit unserer Glieder und Organe dahingehend beurteilen, als ob Unsinn gut wäre, nur weil sich der Körper anzupassen weiss? — Ich glaube kaum, dass uns dieses Urteil nützen kann, denn wie es damit steht, zeigt das Bild verkrüppelter Füße in seinem jämmerlichsten Lichte hinter den Kulissen! — Wie? und du willst trotz Geschmacksverwirrung, trotz Schmerzen und Verkrüppelung noch an deinem unheilvollen spitzen Schuh mit hohem Absatz festhalten, nur, weil es die Mode von dir fordert? — Armseliges, unfreies Menschenkind! Wie dein Fuss, so ist auch deine innere Freiheit verkrüppelt, sonst würdest du aufatmen vor Erleichterung, darüber, dass du kein Sklave der Mode, also auch nicht deiner Schuhe zu sein brauchst! Frei darfst du schreiten auf ebner Sohle, frei, elastisch, klingend und singend, wie die alten Griechen, die noch Schönheit kannten und besaßen! — «Hu, diese Freiheit, die zu Sandalen und Plattfuss führt!» rufen da die nicht mehr zu bekehrenden Zehengängerinnen. — Das Morgenland, das Land der aufgehenden

Sonne schützte des Wanderers Füsse nur mit einfacher Sohle und Riehmen und es war ihm frei und wohl dabei; denn Barfussgänger ist der Mensch, das lässt sich nicht leugnen, und kann er daher durch ebenen Gang auch keinen Plattfuss züchten! Im Gegenteil hat er seine Ursache in einer naturwidrigen Fussbekleidung, sowie in der durch unrichtige Lebensweise hervorgerufenen Konstitution. —

Es ist also nur vernunftgemäss, dem Fuss seine Form zu lassen und ihm naturgemässe Kleidung zu gönnen, so wird er auch ohne Schmerz und Pein der freudigste Diener des Menschen sein und ihn mit Leichtigkeit über Schwierigkeiten verschiedenster Art hinwegtragen!

Jedem ist heute Gelegenheit geboten, zur vernünftigen Fussbekleidung zurückzukehren, denn es gibt bereits eine schöne Auswahl von Reformschuhen, die dem anatomischen Bau des Fusses genau Rechnung tragen.

Vor allem sei für schweizerische Bedürfnisse auf den angenehmen Protoschuh hingewiesen, der sowohl als Stiefel, als Halbschuh, als Spangenschuh in beliebiger Auswahl zu erhalten ist. Grösste Bequemlichkeit und Formschönheit vereinen sich in ihm und machen ihn bei jedem beliebt, der ihn kennt. Auf alle Fälle wird der, der einmal den Mut gefunden hat zur vernunftgemässen Fussbekleidung zurückzukehren, nicht so leicht wieder ein Opfer der herrschenden Mode werden. Gut wäre es allerdings für die Allgemeinheit, es würde sich diese selbst zum gesunden Schuh bekehren, denn nicht jeder steht gerne mit dem modischen Geschmack in Widerspruch, und mag dieser auch noch so viel Verwirrung aufbieten. Es ist eine Schwäche des Menschen, die er los werden sollte, und er würde sich mit Leichtigkeit mit den Schönheitsregeln alter Tage versöhnen können und nicht mehr zurückzukehren wünschen zu Stunden verbissener Schmerzen, hässlicher Verkrüppelung und jämmerlicher Geschmacksverwirrung, wie der spitze Schuh mit hohem Absatz sie alle so reichlich herbeigeführt hat! —

---

## WAS IST HONIG?

Honig ist der süsse Stoff, den die Bienen im Bienenstock erzeugen, indem sie Nektarsäfte oder andere an Pflanzen vorfindende Säfte aufnehmen, in ihrem Körper verändern und in den Waben aufspeichern und reifen lassen.

Jedes andere Produkt, sei es unter Mithilfe der Bienen, indem Zuckerwasser oder andere Süsstoffe in grösserer Menge verfüttert werden, um nach der Gewinnung als Honig zu verkaufen, oder das im Kochtopfe des Lebensmittelfälschers entstandene Geschmier, ist kein Honig, sondern ein Betrug und Nahrungsmittelfälschung.